



Activité Physique Adaptée et Santé

« Retrouver confiance en son corps » « Se découvrir à travers une nouvelle activité »

Une éducatrice sportive SIEL BLEU, chargée de prévention, spécialisée en Activité Physique Adaptée est à votre disposition pour vous proposer un programme d'exercices physiques adaptés à vos besoins et vos capacités :

- Toutes les semaines,
- 1H par semaine,
- Du 20 février 2023 au 3 juillet 2023
- Gratuit

Infos pratiques et inscription

Tous les LUNDIS à 16H

SALLE POLYVALENTE

Route de l'école, 17 250 Saint-Sulpice-d'Arnoult

Ce programme est destiné aux personnes souffrant de maladies chroniques, diabète, obésité, maladies cardio vasculaires, autres, **EN RUPTURE TOTALE d'activité physique** et souhaitant renouer avec le mouvement en toute sécurité.

POUR QUI ?

**DIABETE
OBESITE
MALADIES CARDIO VASCULAIRES
MALADIES CHRONIQUES
RESPIRATOIRES ET RENALES.**

Renseignements et Pré inscriptions

Manon GUERIN

Educatrice sportive en activité physique adaptée

Tel : **07 60 94 01 11**

E-mail : manon.guerin@sielbleu.org



Patrick POCH
Maire -Adjoint
Saint Sulpice d' Arnoult
tel 06 09 20 33 01
patrickpoch@yahoo.fr